



**“Acompañemos a  
María y José,  
peregrinos de la esperanza”**

---

**ADVIENTO  
2024**





## **MENSAJE DEL CONSEJO NACIONAL DE FAMILIA Y VIDA A LAS FAMILIAS PANAMEÑAS**

*Queridas familias panameñas,*

En este tiempo de Adviento, nos dirigimos a ustedes con un mensaje de esperanza y renovación. Este año jubilar nos brinda una oportunidad única para reflexionar sobre el don de la familia, nuestro hogar y la vida que compartimos. En medio de un mundo que a menudo se ve envuelto en el comercio y la superficialidad, se nos invita a rescatar el verdadero significado del Adviento: un tiempo de preparación, oración y apertura al amor de Dios.

El Adviento es un camino hacia la Navidad, un viaje que nos llama a vivir con intensidad la esperanza, la paz, la alegría y, sobre todo, el amor. En 1 Juan 4:7- 12, se nos recuerda que “el amor es de Dios”, y es este amor el que debemos cultivar en nuestras familias, fortaleciendo los lazos que nos unen y siendo un reflejo de la gracia divina en nuestras vidas.

En este año jubilar, queremos invitar a cada familia a abrir las puertas de su corazón y a buscar la gracia de Dios en sus hogares. Que cada momento de este Adviento sea una oportunidad para acercarnos más a Él, para perdonarnos mutuamente, para servirnos y para crear un ambiente de paz y unidad. Rescatemos las tradiciones que nos acercan a la fe, celebremos juntos la alegría de estar en familia y busquemos siempre ser testigos del amor de Cristo en nuestras acciones.

Los animamos a participar en actividades que fortalezcan la vida familiar y comunitaria, a vivir el servicio como una expresión de amor y a reconocer la importancia de la oración en sus vidas cotidianas. Abracemos este tiempo como una oportunidad de conversión, en la que cada familia se convierta en un faro de luz y esperanza en nuestra sociedad.

Que este Adviento sea un verdadero camino hacia la gracia, donde cada uno de nosotros, como familia, pueda experimentar el abrazo amoroso de Dios. Les extendemos nuestra bendición y les invitamos a vivir con entusiasmo esta hermosa etapa del año, llenos de fe y esperanza.

Con cariño,

***Consejo Nacional de Familia y Vida***

## ***Semana 1:*** **La Esperanza que Renueva en un Mundo que Acelera**



El Adviento es una época sagrada que nos invita a detenernos y reflexionar en medio de un mundo que no deja de moverse. En el Evangelio de Lucas 21:25-28, 34-36, encontramos un lenguaje apocalíptico que, lejos de infundir miedo, busca despertarnos. Jesús nos llama a estar vigilantes, a “levantarnos y alzar la cabeza, porque se acerca nuestra redención”.

Actualmente, las familias se enfrentan a un sinnúmero de distracciones que consumen nuestra atención: el trabajo, la tecnología, las compras, y celebraciones que a menudo carecen de verdadero significado. El comercio ha invadido el espacio sagrado del Adviento, y muchas veces pasamos más tiempo en centros comerciales que en oración.

Este año jubilar, la Iglesia nos invita a reconectar con Dios de una manera especial. Es un llamado a las familias a redescubrir el verdadero significado del Adviento. A encontrar momentos de silencio y oración en medio del bullicio. A compartir tiempo de calidad con nuestros seres queridos, recordando que la verdadera celebración no está en los regalos materiales, sino en el amor y la esperanza que compartimos.

Estamos llamados a hacer del Adviento una oportunidad para que cada familia se detenga, reflexione y se prepare con alegría y esperanza para la llegada de nuestro Salvador. Que podamos levantar la mirada y alzar la cabeza, sabiendo que nuestra redención está cerca.

**¿cómo podemos renovar nuestra esperanza en Cristo,  
más allá del consumismo y la superficialidad?**

**Realidad Familiar:** Muchas familias se sienten agotadas al final del año, bombardeadas por las expectativas comerciales y la presión social para “tener más”. En medio de este caos, se pierde el sentido de lo que realmente estamos esperando: el nacimiento del Salvador. El Adviento es una oportunidad para recuperar nuestra verdadera esperanza, no en cosas materiales, sino en el don de la salvación. Las familias deben aprender a decir “no” a las distracciones y “sí” a la espera activa y espiritual.

**Compromiso Familiar:** Cada familia dedicará un tiempo específico durante esta semana para leer la Palabra de Dios junta. Puede ser un momento diario, antes de la cena o antes de acostarse. Este acto busca recuperar la esperanza activa, meditando en la venida de Cristo y pidiendo por las áreas de la vida familiar que necesitan la luz de la esperanza.

### **Preguntas de Reflexión:**

- 1.** ¿En qué áreas de nuestras vidas nos sentimos más distraídos o consumidos por lo material? (*Reflexionar sobre Lucas 12:15*)
- 2.** ¿Cómo podemos alzar nuestras cabezas, en medio de las dificultades familiares, hacia una esperanza firme en Cristo?
- 3.** ¿Qué acciones concretas podemos tomar como familia para resistir el consumismo y hacer espacio para la verdadera esperanza de Adviento? (*Consultar Isaías 40:31*)

---

## **Semana 2: La Paz Interior en un Mundo Fragmentado**



En la segunda semana, nos encontramos con la misión de preparar el camino del Señor, tal como lo anuncia Juan el Bautista en Lucas 3:1-6. Este llamado a la conversión es más que un simple cambio superficial; es una invitación a transformar profundamente nuestras vidas y hogares.

Las familias de hoy enfrentan un mundo fragmentado, donde la paz es frecuentemente reemplazada por tensiones y desacuerdos. Nos encontramos en una era de incertidumbre económica, conflictos familiares no resueltos y un ritmo de vida que a menudo destruye el diálogo y la calma. En medio de este caos, Jesús nos llama a una paz que trasciende la mera ausencia de conflicto.

Esta paz verdadera nace de la reconciliación con Dios y con los demás. Es un llamado a enderezar los caminos torcidos de nuestras vidas, a sanar las heridas abiertas y a restaurar el amor y la comprensión en nuestros hogares. Es una invitación a detenernos, a reflexionar y a encontrar en la fe la fuerza para superar las adversidades.

Imaginemos un hogar donde el diálogo fluye libremente, donde cada miembro de la familia se siente escuchado y valorado. Un lugar donde las diferencias se resuelven con amor y respeto, y donde la paz de Cristo reina en cada corazón. Este es el sueño que Jesús tiene para nosotros, y es posible si abrimos nuestros corazones a su mensaje de amor y reconciliación.

En esta segunda semana, es importante podamos comprometernos a preparar el camino del Señor en nuestras vidas y hogares, buscando siempre la paz que solo Él puede ofrecer.

**Realidad Familiar:** En muchas familias, las diferencias generacionales, el estrés económico y las expectativas desmedidas para la temporada navideña generan un ambiente de tensión. En lugar de paz, las familias enfrentan discusiones y rencores que se arrastran. El Adviento nos invita a hacer un examen de conciencia: ¿cómo podemos ser verdaderos “constructores de paz” dentro de nuestros hogares?

**Compromiso Familiar:** Como familia, se comprometerán a tener un diálogo sincero durante esta semana. Cada miembro de la familia puede expresar un área donde necesita paz, ya sea pidiendo perdón o resolviendo conflictos pendientes. Pueden elegir un día para un tiempo de oración en familia, pidiendo la paz de Cristo sobre su hogar.

### **Preguntas de Reflexión:**

- 1.** ¿Qué caminos torcidos en nuestra familia necesitan ser enderezados para que Cristo pueda entrar en nuestras vidas con paz? (*Reflexionar sobre Isaías 57:14-19*)
- 2.** ¿Cómo podemos ser instrumentos de paz en nuestros hogares, especialmente cuando enfrentamos tensiones o resentimientos? (*Consultar Mateo 5:23-24*)
- 3.** ¿Qué significa la verdadera paz de Cristo para nuestra familia, y cómo podemos cultivarla en medio de nuestras preocupaciones diarias?

## **Semana 3:** **La Alegría** **del Encuentro** **Verdadero**



En esta tercera semana, llamada “Gaudete”, se nos invita a regocijarnos. En Filipenses 4:4-7, San Pablo nos exhorta a alegrarnos en el Señor siempre, sin importar las circunstancias. Sin embargo, en un mundo que asocia la alegría con el entretenimiento y el consumismo, el verdadero gozo parece estar ausente de muchas familias. La alegría cristiana no depende de cosas externas, sino del encuentro personal con Cristo y con los demás. En este tiempo, es crucial que las familias redescubran la alegría que proviene del amor y la comunión auténtica, lejos de las expectativas comerciales.

**Realidad Familiar:** Muchas familias enfrentan una falta de conexión real. Los padres trabajan largas horas, los hijos están atrapados en las redes sociales, y los momentos de convivencia son superficiales. Se confunde la alegría con el ruido o con las compras. El Adviento nos recuerda que la verdadera alegría está en el encuentro, en el compartir, en el perdón, en la unidad. En este año jubilar, Dios nos llama a buscar una alegría que no se agote, una alegría que brota del encuentro con Él y con los demás.

**Compromiso Familiar:** Esta semana, cada familia puede comprometerse a desconectar de las redes sociales y los aparatos electrónicos por un tiempo determinado cada día para poder compartir momentos auténticos de encuentro y diálogo. Puede ser una comida sin teléfonos o un juego familiar donde todos participen.

### **Preguntas de Reflexión:**

¿Qué cosas han robado la alegría de nuestro hogar y cómo podemos recuperarla? (*Reflexionar sobre Nehemías 8:10*)

¿Cómo podemos experimentar la alegría de Cristo en nuestras dificultades actuales?

¿De qué manera el consumismo afecta nuestra capacidad de encontrar alegría en lo simple y en lo esencial, como el tiempo en familia?  
(*Consultar Salmo 16:11*)

## **Semana 4: El Amor que Sirve**

En esta última semana de Adviento, reflexionamos sobre el amor, un tema central en la vida cristiana. En 1 Juan 4:7-12, se nos enseña que “el amor es de Dios; y todo aquel que ama es nacido de Dios y conoce a Dios”. Este pasaje nos invita a considerar que el amor debe manifestarse en nuestras acciones y relaciones familiares. Sin embargo, en muchas familias, el amor puede verse amenazado por el egoísmo y la rutina. Este año jubilar, se nos llama a redescubrir y revitalizar el amor que se sirve, reflejando la naturaleza misma de Dios.

**Realidad Familiar:** Es fácil dar por sentado el amor en nuestras familias. Las preocupaciones diarias pueden crear desconexión, y las discusiones a menudo reemplazan los momentos de unión. Este Adviento nos recuerda que el amor verdadero se manifiesta en acciones concretas. Estamos llamados a mirar más allá de nosotros mismos y cultivar un ambiente donde el amor se exprese de manera tangible.

**Compromiso Familiar:** Cada familia puede comprometerse a realizar un acto de servicio concreto, como:

- Visitar a un vecino enfermo o solo, llevando una comida.
- Participar en un proyecto comunitario, como ayudar en un comedor.
- Organizar un día de limpieza en un hogar de ancianos.

Este acto no solo mostrará amor a los demás, sino que unirá a la familia en un propósito común.

### **Preguntas de Reflexión:**

1. ¿Qué significa el amor en nuestra familia? Reflexionemos sobre nuestras interacciones diarias. (*Isaías 7:14*)
2. ¿Cómo podemos superar los obstáculos para vivir el amor plenamente? Hablemos sobre conflictos no resueltos que pueden impedirnos abrirnos al amor. (*Lucas 3:5-6*)
3. ¿Qué actos concretos de amor podemos realizar esta semana? Pensemos en cómo ayudar a quienes nos rodean. (*Lucas 3:11*)
4. ¿Cómo mantener viva esta práctica del amor y el servicio después del Adviento? Consideremos cómo estas acciones pueden convertirse en una tradición familiar. (*Marcos 13:33*)





## Mensaje de la Pastoral Familiar Arquidiocesana

En este tiempo de Adviento, la iglesia nos invita a preparar, celebrar y vivir la venida del salvador; a adentrarnos en ese camino de conversión que nos propone el señor para alcanzar la verdadera libertad de espíritu, que nos impulse a ser mensajeros de la buena noticia en esta sociedad que tanto lo necesita.

Con el papa Francisco deseamos que **“El Jubileo sea para todos ocasión de reavivar la esperanza”. La esperanza les colme el corazón; esa esperanza que no defrauda (Rm 5,5).**

El mundo necesita una iglesia en salida, que rechace la división entre creyentes y no creyentes, que vuelva su mirada a la humanidad y le ofrezca mas que una doctrina o una estrategia, una experiencia de salvación.

Como hijos de Dios estamos llamados a caminar en sinodalidad (*Caminar juntos con toda la familia humana*).

Que desde nuestro plan pastoral nos sintamos llamados a impulsar la vida de oración personal, familiar y comunitaria, en preparación del Jubileo Universal **“Peregrinos de la Esperanza”**; para que estemos abiertos a brindar espacios de participación y formación de los jóvenes desde la iglesia domestica (nuestra familia) y en la Comunidad parroquial, de tal manera que se sientan capacitados para brindar valores, dones y talentos a nuestra sociedad.

**PASTORAL FAMILIAR**  
ARQUIDIOCESIS DE PANAMA



*“Acompañemos a María y José, peregrinos de la esperanza” Adviento 2024, fue Diseñado e impreso en:*

**Taller Senda**  
ARQUIDIOCESIS DE PANAMA

Taller Senda, la impreta oficial de la Arquidiócesis de Panamá.

☎ 380-7786 📞 6724-8177 ✉ tallersenda@arquidiocesisdepn.com 📧 @tallersenda